

DAFTAR PUSTAKA

- Afnuhazi. (2015). *Gangguan Perilaku dan Konsep Diri pada Pasien Skizofrenia*. Jakarta: Penerbit Psikiatri Nusantara.
- Darmastuti, I., Tri Andri Pujiyanti, & Norman Wijaya Gati. (2024). Penerapan Terapi Relaksasi Benson Untuk Mengurangi Resiko Perilaku Kekerasan Di Ruang Srikandi Rsjd Dr. Arif Zainudin Surakarta. *JHN: Journal of Health and Nursing*, 2(2), 57–64. <https://doi.org/10.58738/jhn.v2i2.570>
- Dermawan, R., & Rusdi, M. (2013). Penatalaksanaan medis pada risiko perilaku kekerasan. *Jurnal Psikiatri Klinik Indonesia*, 3(2), 88–94.
- Elvita, Y. (2018). *Konsep Dasar Keperawatan Jiwa*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Estika, F. (2021). Terapi nonfarmakologi untuk menurunkan perilaku kekerasan pada pasien gangguan jiwa. *Jurnal Intervensi Keperawatan Jiwa*, 5(2), 45–53.
- Fathiah, N., & Sukaesti, Y. (2021). *Pengantar Keperawatan Jiwa: Teori dan Aplikasi Praktik*. Bandung: Refika Aditama.
- Kemenkes. (2023). Survei Kesehatan Indonesia 2023 (SKI). *Kemenkes*, 235.
- Kusumaningtyas, A. (2018). Evaluasi implementasi strategi SP 1–5 dalam menurunkan risiko perilaku kekerasan. *Jurnal Keperawatan Jiwa Indonesia*, 3(2), 123–132.
- Maryam, R. S. (2017). *Psikologi untuk Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Musmini, S. (2019). ASUHAN KEPERAWATAN JIWA PADA KLIEN RISIKO PERILAKU KEKERASAN TERINTERGRASI DENGAN KELUARGA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS SEMPAJA SAMARINDA. In *Sustainability (Switzerland)* (Vol. 11, Issue 1). http://scioteca.caf.com/bitstream/handle/123456789/1091/RED2017-Eng-8ene.pdf?sequence=12&isAllowed=y%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.regsciurbeco.2008.06.005%0Ahttps://www.researchgate.net/publication/305320484_SISTEM_PEMBETUNGAN_TERPUSAT_STRATEGI_MELESTARI
- Pardede, S., Keliat, B. A., & Yulia, H. (2015). *Keperawatan Jiwa: Intervensi Psikofarmaka dan Psikoterapi*. Jakarta: EGC.
- PPNI. (2017). *Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia (SDKI)*. Dewan Pengurus Pusat Persatuan Perawat Nasional Indonesia. <https://www.ppni-inna.org>
- PPNI. (2018). *Standar Luaran Keperawatan Indonesia (SLKI)*. Dewan Pengurus Pusat Persatuan Perawat Nasional Indonesia.
- PPNI. (2022). *Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (SIKI)*. Dewan Pengurus Pusat Persatuan Perawat Nasional Indonesia.
- Pongdatu, M., Suzanna, Yati, M., & Armayani. (2023). *ASUHAN KEPERAWATAN JIWA* (A. Ikapi (ed.); 1st ed.). Eureka Media Aksara.

- Potter, P. A., & Perry, A. G. (2015). *Fundamentals of Nursing* (9th ed.). St. Louis: Elsevier.
- Puspasari. (2022). Upaya Preventif dan Promotif Kesehatan Jiwa di Kota Denpasar. *Prosiding Seminar Nasional UNARS*, 148–157. <http://unars.ac.id/ojs/index.php/prosidingSDGs/article/view/2436/1826>
- Rokhilah, R., & Aktifah, N. (2023). Penerapan Terapi Relaksasi Otot Progresif Terhadap Tanda dan Gejala Pasien Resiko Perilaku Kekerasan. *Prosiding University Research Colloquium*, 1384–1388. <http://repository.urecol.org/index.php/proceeding/article/view/2573%0Ahttp://repository.urecol.org/index.php/proceeding/article/download/2573/2531>
- Rustika. (2020). *Konsep Gangguan Jiwa dan Skizofrenia: Tinjauan Klinis dan Teoritis*. Jakarta: Nuansa Medika.
- Salim, H., Marlina, D., & Fauziah, A. (2024). Penerapan SP 1–5 dalam mengontrol marah pada klien dengan risiko perilaku kekerasan. *Jurnal Intervensi Keperawatan Jiwa*, 6(1), 45–52.
- Salfiana, R., Maulidya, A., & Rahayu, W. (2022). Evaluasi terapi wudhu dan relaksasi pada pasien kekerasan di RSJ Aceh. *Jurnal Keperawatan Psikiatri Aceh*, 2(2), 98–106.
- Saleh, M. L. (2023). *Manajemen Teknik Relaksasi Otot Progresif Pada ATC*. Deepublish.
- Saleh, A. (2023). *Terapi Relaksasi Progresif untuk Menurunkan Stres dan Kecemasan*. Bandung: Andalas Medika.
- Sebastian, M., & Debnath, M. (2020). Teori sosial dalam perilaku kekerasan: Sebuah tinjauan. *International Journal of Psychology Research*, 5(1), 91–97.
- Setyoadi, & Kushariyadi. (2011). *TERAPI MODALITAS KEPERAWATAN PADA KLIEN PSIKOGERIATRIK*. Salemba Medika.
- Stuart, G. W. (2013). *Principles and Practice of Psychiatric Nursing* (10th ed.). St. Louis: Mosby Elsevier.
- Wijaya, E., & Nurhidayati, T. (2020). Penerapan Terapi Relaksasi Otot Progresif Dalam Menurunkan Skala Nyeri Sendi Lansia. *Ners Muda*, 1(2), 88. <https://doi.org/10.26714/nm.v1i2.5643>
- Wuryaningsih, E. W., Rahmat, M., & Kusumawati, D. (2018). *Pengkajian Keperawatan Jiwa dan Praktik Klinik*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Stuart, G. W. (2013). *Principles and Practice of Psychiatric Nursing* (10th ed.). St. Louis: Mosby Elsevier.
- Yosep, I. (2009). *Keperawatan Jiwa: Teori dan Aplikasi Praktik Klinik*. Bandung: Refika Aditama.

LAMPIRAN

Lampiran 1 Lembar Persetujuan Responden (*Inform Consent*)

**LEMBAR PERSETUJUAN RESPONDEN
(*INFORM CONSENT*)**

Saya yang bernama Rasmi Drona Barus., NIM P07120624054 adalah mahasiswa Profesi Ners Jurusan Keperawatan Kemenkes Poltekkes Medan. Saat ini saya sedang melakukan penelitian mengenai “ Asuhan Keperawatan Jiwa Melalui Penerapan Relaksasi Otot Progresif Pada Tn. D Dengan Masalah Resiko Perilaku Kekerasan di RSJ Prof. Dr. Muhammad Ildrem Medan”.

Untuk keperluan tersebut saya mengharapkan kesediaan saudara untuk turut serta tanpa ada paksaan dalam penelitian saya, dimana penelitian ini tidak akan memberi dampak yang membahayakan. Jika bersedia silahkan menandatangani lembar persetujuan ini sebagai bukti kesediaan saudara.

Keikutsertaan saudara dalam penelitian ini bersifat sukarela, sehingga anda berhak untuk membebaskan diri setiap saat tanpa ada sanksi apapun. Identitas pribadi dan semua informasi yang didapatkan dirahasiakan, hanya digunakan untuk keperluan penelitian ini.

Terimakasih atas kesediaan Saudara dalam penelitian ini.

Medan, Mei 2025
Responden

()

Lampiran 2 Standar Operasional Prosedur (SOP) Relaksasi Otot Progresif

STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR (SOP) RELAKSASI OTOT PROGRESIF

No	Gerakan
1	Ciptakan lingkungan yang tenang. Pasien dalam keadaan relaks dan tenang. Menarik napas dalam dari hidung, hitung 1-4, kemudian perlahan udara dihembuskan melalui mulut.
2	Gerakan ke-1 Membuat kepalan pada telapak tangan kanan dan kiri lalu kemudian kepalan tersebut dilepaskan. Gerakan dilakukan berulang, gerakan ini ditujukan untuk melatih otot tangan. Setelah melakukan gerakan pertama, menarik napas dalam dari hidung, kemudian perlahan dihembuskan melalui mulut.
3	Gerakan ke-2 Menekuk kedua pergelangan tangan ke atas, sehingga otot di tangan bagian belakang dan lengan bawah menegang, jari-jari menghadap ke langit-langit. Gerakan ini ditujukan untuk melatih otot tangan bagian belakang. Menarik napas dalam dari hidung kemudian perlahan dihembuskan melalui mulut.
4	Gerakan ke-3 Membuat kepalan pada kedua tangan kemudian membuka kedua kepalan ke pundak sehingga otot biseps akan menjadi tegang. Gerakan ini bertujuan untuk melatih otot biseps. Menarik napas dalam dari hidung kemudian perlahan dihembuskan melalui mulut.
5	Gerakan ke-4 Mengangkat bahu setinggi-tingginya sampai menyentuh daun telinga. Gerakan ini bertujuan untuk melatih otot bahu agar mengendur. Menarik napas dalam melalui hidung kemudian perlahan dihembuskan melalui mulut.
6	Gerakan ke-5 Menutup kedua mata. Menarik napas dalam dari hidung kemudian perlahan udara dihembuskan melalui mulut.

7	Gerakan ke-6 Mengerutkan dahi dan alis secara bersamaan, sampai otot terasa dan kulit menjadi keriput. Gerakan ini memiliki tujuan untuk melatih otot-otot wajah agar mengendur. Menarik napas dalam dari hidung kemudian perlahan udara dihembuskan melalui mulut.
8	Gerakan ke-7 Mengatupkan rahang dan diikuti dengan menggigit gigi-gigi sehingga dirasakan ketegangan di sekitar otot-otot rahang. Sebelum ke gerakan selanjutnya, menarik napas dalam dari hidung kemudian perlahan udara dihembuskan melalui mulut.
9	Gerakan ke-8 Memoncongkan bibir atau mengerucutkan bibir sekuat-kuatnya sehingga akan dirasakan ketegangan di sekitar mulut. Menarik napas dalam dari hidung kemudian perlahan dihembuskan melalui mulut.
10	Gerakan ke-9 Menekankan kepala atau menekukkan leher pada permukaan bantalan kursi atau dengan tumpuan kedua telapak tangan sehingga dapat merasakan ketegangan bagian belakang leher dan punggung atas. Tarik napas dalam melalui hidung kemudian perlahan udara dihembuskan melalui mulut.
11	Gerakan ke-10 Menundukkan kepala ke bawah sampai dagu menempel ke dada sehingga dapat dirasakan ketegangan yang terjadi di daerah leher bagian muka. Menarik napas dalam dari hidung kemudian perlahan dihembuskan melalui mulut
12	Gerakan ke-11 Mengangkat tubuh dari sandaran kursi, kemudian punggung dilengkungkan dengan dada yang dibusungkan. Kondisi ini dipertahankan selama 10 detik kemudian relaks, pada saat relaks rasakan otot-otot menjadi lemas. Menarik napas dalam dari hidung kemudian perlahan udara dihembuskan melalui mulut

13	Gerakan ke-12 Menarik napas dalam dari hidung dengan mengambil udara sebanyak-banyaknya, tahan tiga detik sambil merasakan ketegangan di bagian dada kemudian turun ke perut. Kemudian perlahan udara dihembuskan melalui mulut, ulangi sebanyak tiga kali.
14	Gerakan ke-13 Menarik kuat-kuat perut kedalam, kemudian tahan sampai perut menjadi kencang dan keras. Setelah 10 detik lepaskan bebas. Menarik napas dalam dari hidung kemudian perlahan udara dihembuskan melalui mulut.
15	Gerakan ke-14 Meluruskan kedua kaki sehingga otot paha terasa tegang. Menggerakkan telapak kaki ke arah samping atau ke arah luar. Kemudian menggerakkan telapak kaki ke arah tengah telapak kaki. Lalu, menggerakkan jari-jari kaki ke arah bawah, kemudian jari-jari kaki diluruskan. Dan meregangkan jari-jari kaki ke arah luar, kemudian jari-jari kaki dirapatkan.

Sumber : Saleh, 2023

Lampiran 3 Strategi Pelaksanaan (SP) Pasien Perilaku Kekerasan

STRATEGI PELAKSANAAN (SP) PASIEN PERILAKU KEKERASAN

A. Proses Keperawatan

1. Kondisi klien :

DS : Klien mengatakan.....

DO : Mata merah, wajah agak merah. Nada suara tinggi dan keras, bicara menguasai. Ekspresi marah saat membicarakan orang, pandangan tajam. Merusak dan melempar barang-barang..

2. Diagnosis Keperawatan : Perilaku Kekerasan

3. Tujuan Khusus : Pasien dapat mengontrol perilaku kekerasan

B. Strategi Pelaksanaan

SP 1 (membina hupakngan saling percaya dan mengidentifikasi penyebab marah)

1. Fase Orientasi

a) Salam Terapeutik :

“Selamat Pagi, Perkenalkan nama Saya Rasmi Drona Barus, biasa di panggil Rasmi, saya dari Poltekkes Kemenkes Medan. Kalau boleh tahu nama bapak siapa? Senang dipanggil apa?”

b) Evaluasi/ validasi

“Bagaimana perasaan bapak saat ini? Apa masih ada perasaan kesal atau marah?”

c) Kontrak

Topik : “ Baiklah pak kita akan berbincang-bincang mengenai perasaan marah yang bapak rasakan”

Waktu : “kita akan berbincang-bincang selama 15 menit pak”

Tempat : “Kita berbincang-bincang di sini saja ya pak”

2. Fase Kerja

“Apa yang menyebabkan bapak marah? Apakah sebelumnya bapak pernah marah? terus penyebab bapak marah apa? Samakah dengan yang sekarang? O..iya, apakah ada penyebab lain yang mempakat bapak marah?”

“Pada saat penyebab marah itu ada, seperti bapak stress karena pekerjaan atau masalah uang (misalnya ini penyebab marah pasien) apa yang bapak rasakan?” (tunggu respons pasien)

“Apakah bapak merasakan kesal kemudian dada bapak berdebar-debar, mata melotot, rahang terkatup rapat, dan tangan mengepal?”

“Setelah itu apa yang bapak lakukan? O..iya, jadi bapak marah-marah, membanting pintu dan memecahkan barang-barang, apakah dengan cara ini stress bapak hilang? iya, tentu tidak. Apa kerugian cara yang bapak lakukan? Betul, anak-anak jadi takut barang-barang pecah.

3. Fase terminasi

1) Evaluasi

a) Evaluasi Subjektif

“Bagaimana perasaan bapak setelah berbincang-bincang tentang perasaan marah yang bapak rasakan?”

b) Evaluasi Obyektif

“Coba bapak jelaskan pembicaraan kita tadi”

2) Rencana Tindak Lanjut

“Setelah kita berbincang, apakah bapak bisa menjelaskan kembali penyebab bapak marah dan tindakan apa yang dilakukan saat bapak marah?”

3) Kontrak yang akan datang

Topik : “Baik pak bagaimana kalau nanti kita berbincang-bincang lagi tentang cara mengendalikan marah secara fisik”

Waktu : “Jam 11.00 saya akan datang lagi ya pak”

Tempat : “Kita akan mengobrol di ruangan ini ya pak”

SP 2 (mengendalikan marah secara fisik)

1. Fase Orientasi

a) Salam Terapeutik

“Selamat siang pak, sesuai dengan janji saya sekarang saya datang lagi”

“Bagaimana perasaan bapak saat ini?, adakah hal yang menyebabkan bapak marah?. Baik, sekarang kita akan belajar cara mengontrol perasaan marah dengan kegiatan fisik untuk cara yang kedua”

b) Evaluasi/Validasi

“bagaimana perasaan bapak hari ini, adakah hal yang menyebabkan bapak marah?”

c) Kontrak

Topik : “baik, kita akan belajar cara mengontrol perasaan marah dengan kegiatan fisik”

Waktu : “ kita berbincang selama 15 menit ya pak”

Tempat : “kita bercakap-cakap disini saja ya pak”

2. Fase Kerja

“Kalau ada yang menyebabkan bapak marah dan muncul perasaan kesal, berdebar-debar, mata melotot, selain napas dalam bapak dapat melakukan pukul kasur dan bantal”!

“Sekarang kita akan berlatih mengontrol marah dengan tarik nafas dalam, begini pak contohnya (perawat memperagakan) apakah bapak bisa mengulangi yang saya ajarkan barusan?” “Selanjutnya mari kita latihan memukul kasur dan bantal. Mana kamar bapak? Jadi kalau nanti bapak kesal dan ingin marah, langsung ke kamar dan lampiaskan kemarahan tersepakt dengan memukul kasur dan bantal. Nah, coba bapak lakukan, pukul kasur dan bantal. Ya bagus sekali bapak melakukannya”

“Nah cara ini pun dapat dilakukan secara rutin jika ada perasaan marah. Kemudian jangan lupa merapikan tempat tidurnya

3. Fase Terminasi

1) Evaluasi

a) Evaluasi Subjektif

“Bagaimana perasaan bapak setelah melakukan tindakan pengendalian marah secara fisik?”

b) Evaluasi Obyektif

“Coba bapak sepaktkan kembali cara untuk mengendalikan marah tersepakt”

2) Rencana Tindak Lanjut

“ Baiklah bapak, jika nanti bapak mau marah bapak lakukan saja cara yang sudah kita pelajari” “Bapak kita pakat jadwal kegiatan bapak ya, dijam 1 bapak Tarik nafas dalam dan mukul bantal atau kasur dan di jam 4 juga ya pak!” Jadi jika bapak merasa kesal atau marah bapak bisa melampiaskannya dengan memukul bantal. Bagaimana pak apakah bapak mengerti?

3) Kontrak yang akan datang

Topik : “baiklah, besok saya akan datang lagi, kita akan membahas tentang cara mengendalikan marah secara verbal ”

Waktu : “besok saya akan datang kembali jam 09.00 yaa pak”

Tempat : “besok kita mengobrol di sini saja yaa pak”

SP 3 (Mengendalikan marah secara verbal)

1. Fase Orientasi

a) Salam Terapeutik

“Selamat pagi pak, sesuai dengan janji saya kemarin sekarang kita ketemu lagi”

b) Evaluasi/Validasi

“Bagaimana pak, sudah dilakukan latihan tarik napas dalam dan pukul kasur bantal?” “Apa yang dirasakan setelah melakukan latihan secara teratur?”

c) Kontrak

Topik : “Sesuai janji saya kemarin, hari ini kita akan berdiskusi tentang cara mengendalikan marah secara verbal”

Waktu : “waktunya 15 menit yaa pak”

Tempat : “tempatnyanya disini saja ya pak..”

2. Fase Kerja

“Sekarang kita latihan cara bicara yang baik untuk mencegah marah. Kalau marah sudah disalurkan melalui tarik nafas dalam atau pukul kasur dan bantal, dan sudah lega, maka kita perlu bicara dengan orang yang mempakat kita marah. Ada tiga caranya pak:

- 1) Meminta dengan baik tanpa marah dengan nada suara yang rendah serta tidak menggunakan kata-kata kasar. Kemarin bapak bilang penyebab marahnya karena minta uang sama suami tidak diberi. Coba bapak minta

uang dengan baik.”Pak, saya perlu uang untuk membeli bahan makanan.”
Nanti bisa dicoba di sini untuk meminta baju, minta obat dan lain-lain. Coba bapak praktekan. Bagus pak.”

2) Menolak dengan baik, jika ada yang menyuruh dan bapak tidak ingin melakukannya, katakan: ‘Maaf saya tidak bisa melakukannya karena sedang ada kerjaan’. Coba bapak praktekan. Bagus pak”

3) Mengungkapkan perasaan kesal, jika ada perlakuan orang lain yang mempakat kesal bapak dapat mengatakan:’ Saya jadi ingin marah karena perkataanmu itu’. Coba praktekan. Bagus”

3. Fase Terminasi

1) Evaluasi

a) Evaluasi Subjektif :

“Bagaimana perasaan bapak setelah kita bercakap-cakap tentang cara mengontrol marah dengan bicara yang baik?”

b) Evaluasi Ojektif :

“Coba bapak sepaktkan lagi cara bicara yang baik yang telah kita pelajari?”

2) Rencana Tindak Lanjut

“Nanti ketika bapak marah, bapak bisa melakukan hal seperti yang saya ajarkan”

3) Kontrak yang akan datang

Topik : “Baiklah pak, nanti saya akan datang kembali untuk membahas cara mengontrol marah dengan cara bapak beribadah”

Waktu : “nanti saya akan datang jam 11.00 selama 10 menit”

Tempat : “nanti kita berbicara disini saja ya pak.”

SP 4 (Mengendalikan marah dengan ibadah)

1. Fase Orientasi

a. Salam Terapeutik

“Selamat pagi pak, sesuai dengan janji saya, sekarang kita ketemu lagi”

b. Evaluasi/Validasi

“Bagaimana pak, latihan apa yang sudah dilakukan? apa yang dirasakan setelah melakukan latihan secara teratur? Bagus sekali, bagaimana rasa marahnya”

c. Kontrak

Topik : “Bagaimana kalau sekarang kita latihan cara lain untuk mencegah rasa marah yaitu dengan ibadah”

Waktu : “waktunya 15 menit yaa pak”

Tempat : “tempatya disini saja ya pak..”

2. Fase Kerja

“Coba ceritakan kegiatan ibadah yang biasa bapak lakukan! Bagus. Baik, yang mana mau dicoba? “Nah, kalau bapak sedang marah coba bapak langsung duduk dan tarik napas dalam jika tidak reda juga marahnya rebahkan badan agar rileks jika tidak reda juga, ambil air wudhu kemudian sholat” “ Bapak bisa melakukan sholat secara teratur untuk meredakan kemarahan”

3. Fase Terminasi

1. Evaluasi

a. Evaluasi Subjektif : Bagaimana perasaan bapak setelah kita bercakap-cakap tentang cara yang ketiga ini?

b. Evaluasi Ojektif : “Jadi sudah berapa cara mengontrol marah yang kita pelari”

4. Rencana Tindak Lanjut

“Mari kita masukkan kegiatan ibadah pada jadwal kegiatan bapak, bapak sholat pada jam 12.30, 15.30, 18.10, 19.30 dan jam 4.30 ya pak!”

5. Kontrak yang akan datang

Topik : “Baiklah pak, besok saya akan datang kembali untuk membahas cara mengontrol marah dengan cara minum obat”

Waktu : “ saya akan datang jam 09.00”

Tempat : “kita berbicara disini saja ya pak.”

SP 5 (Minum obat secara teratur)

1. Fase Orientasi

a) SalamTerapeutik

Selamat pagi pak, sesuai dengan janji saya kemarin saya datang lagi untuk menemui bapak”

b) Evaluasi/Validasi

“Bagaimana perasaan bapak, apakah bapak masih ingat 4 cara untuk mengatasi marah?”

c) Kontrak

Topik : “sesuai janji kita kemarin, kita akan mendiskusikan obat-obatan yang bapak minum”

Waktu : “ kita akan berbicara 15 menit yaa pak”

Tempat : “kita berbicara disini saja ya pak”

2. Fase Kerja

“Bapak sudah dapat obat dari dokter?”

Berapa macam obat yang Bapak minum? Warnanya apa saja? Bagus! Jam berapa bapak minum? Bagus!

“Obatnya ada tiga macam pak, yang warnanya oranye namanya CPZ gunanya agar bisa tidur, yang putih ini namanya THP agar rileks dan tidak kaku, dan yang merah jampak/ping ini namanya HDL agar tenang dan rasa marah berkurang. Semuanya ini harus bapak minum 3 kali sehari jam 7 pagi, jam 1 siang, dan jam 7 malam”.

“Bila nanti setelah minum obat mulut bapak terasa kering, untuk membantu mengatasinya bapak bisa mengisap-isap es batu”.

“Bila terasa mata berkunang-kunang, bapak sebaiknya istirahat dan jangan beraktivitas dulu”

“Jangan pernah menghentikan minum obat sebelum berkonsultasi dengan dokter ya pak, karena dapat terjadi kekampakhan.”

3. Fase Terminasi

1) Evaluasi

a) Evaluasi Subjektif

“Bagaimana perasaan bapak setelah kita bercakap-cakap tentang cara minum obat yang benar?”

b) Evaluasi Objektif

“Coba bapak sepaktkan lagi jenis obat yang bapak minum. Bagaimana cara minum obat yang benar?”

2) Rencana Tindak Lanjut

“Nah, sudah berapa cara mengontrol perasaan marah yang kita pelajari? Sekarang kita tambahkan jadwal kegiatannya dengan minum obat. Jangan lupa laksanakan semua dengan teratur ya”.

3) Kontrak yang akan datang

Topik : “Baiklah pak pertemuan kita cukup sampai disini, besok saya datang lagi untuk memastikan bahwa bapak sudah melakukan cara pengendalian marah yang saya ajarkan”

Waktu : “ Besok saya datang pukul 09.00 WIB ya pak”

Tempat : “ Kita bertemu di sini saya ya pak”

Lampiran 4 Pengajuan Judul KIAN

PENGAJUAN JUDUL KIAN MAHASISWA PRODI PROFESI NERS

NAMA MAHASISWA: RASMI DRONA BARUS
NIM : P07120624054
PEMINATAN : KEPERAWATAN JIWA

NO	JUDUL YANG DIAJUKAN	PARAF PEMBIMBING
1	Penerapan Terapi Diversional ; Menggambar Melalui Asuhan Keperawatan Jiwa Pada Tn/Ny Dengan Masalah Gangguan Persepsi Sensori ; Halusinasi Penglihatan Di RSJ Prof M. Ildrem Medan	
2	Asuhan Keperawatan Jiwa Melalui Penerapan Relaksasi Otot Progresif Pada Tn/Ny Dengan Masalah Resiko Perilaku Kekerasan Di RSJ Prof M. Ildrem Medan	
3	Penerapan <i>Cognitive Behavioral Therapy (CBT)</i> Melalui Asuhan Keperawatan Jiwa Pada Tn/Ny Dengan Masalah Utama Harga Diri Rendah Di RSJ Prof M. Ildrem Medan	

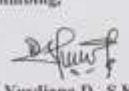
PERSETUJUAN JUDUL KIAN

NO	JUDUL YANG DI SETUJUI
1	Asuhan Keperawatan Jiwa Melalui Penerapan Relaksasi otot progresif Pada Tn/Ny Dengan Masalah Resiko perilaku kekerasan di RSJ Prof. M. Ildrem Medan

Ka. Prodi Profesi Ners Keperawatan

Lestari, S.Kep., Ns., M.Kep
NIP. 198008292002122002

Medan, 25 Maret 2025
Pembimbing,


Dina Yudianta D., S.Kep., Ns., M.Kes
NIP. 197606241998032001

Lampiran 5 Surat Izin Survey Awal



Kementerian Kesehatan
Direktorat Sumber Daya Manusia Kesehatan
Poltekkes Medan
Jalan Jamin Ginting KM. 13,5
Medan, Sumatera Utara 20137
(061) 8368633
<https://poltekkes-medan.ac.id>

NOTA DINAS

NOMOR : KH.03.01/F.XXII.11/ **554** /2025

Yth. : Direktur RSJ Prof M. Ildrem Medan
Dari : Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan
Hal : Izin Survey Awal
Tanggal : 25 Maret 2025

Dengan Hormat,

Sehubungan dengan Program pembelajaran Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes medan bahwa Mahasiswa Prodi Profesi Ners TA. 2024 – 2025 diwajibkan menyusun KIAN di bidang keperawatan, maka untuk keperluan hal tersebut kami mohon Izin Survey Awal di instansi anda pimpin untuk Mahasiswa tersebut di bawah ini :

No.	Nama	NIM	Judul
1.	Rasmi Drona Barus	P07120624034	Asuhan Keperawatan Jiwa Melalui Penerapan Relaksasi Otot Progresif Pada Tn/Ny Dengan Masalah Resiko Perilaku Kekerasan Di RSJ Prof M. Ildrem Medan

Demikian disampaikan pada bapak/ibu pimpinan, atas perhatian dan kerjasama yang baik kami ucapkan terima kasih.



Ketua Jurusan Keperawatan

Dr. Anna Permata Sari Tarigan, S.Kep.Ns, M.Kes
NIP. 197703162002122001

Kementerian Kesehatan tidak menerima suap dan/atau gratifikasi dalam bentuk apapun. Jika terdapat potensi suap atau gratifikasi silakan laporkan melalui HALO KEMENKES 1500567 dan <https://whs.kemkes.go.id>. Untuk verifikasi keaslian tanda tangan elektronik, silakan unggah dokumen pada laman <https://tts.keminfo.go.id/verifyPDF>.



Lampiran 6 Surat Balasan Izin Survey Awal

 **PEMERINTAH PROVINSI SUMATERA UTARA**
UPTD. KHUSUS
RUMAH SAKIT JIWA PROF. DR. M. ILDREM
Jalan Tali Air Nomor 21 – Medan 20141
Website: rsj.sumutprov.go.id



Medan, 25 April 2025

Nomor : 423.4/105b/RSJ/IV/2025
Lampiran : 1 (satu) lembar
Perihal : Permohonan Izin Survey Awal

Yth,
Ketua Jurusan Keperawatan
Poltekkes Kemenkes Medan
di
Tempat

Sehubungan dengan surat saudara Nomor : KH.03.01/F.XXII.11/554/2025 tanggal 25 Maret 2025 perihal Izin Pelaksanaan Survey Awal bagi Mahasiswa Prodi Profesi Ners Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan di UPTD Khusus RSJ Prof. Dr. Muhammad Ildrem Provinsi Sumatera Utara atas nama sebagai berikut :

No	NAMA	NIM	JUDUL
1	Rasmi Drona Barus	P07120624054	Asuhan Keperawatan Jiwa Melalui Penerapan Relaksasi Otot Progresif pada Tn/Ny Dengan Masalah Resiko Perilaku Kekerasan di RSJ Prof. M. Ildrem Medan

Maka dengan ini kami pihak Rumah Sakit Jiwa Prof. Dr. Muhammad Ildrem Sumatera Utara memberikan izin kepada Mahasiswa tersebut untuk melaksanakan Survey Awal di UPTD Khusus RSJ Prof. Dr. Muhammad Ildrem Provinsi Sumatera Utara dengan mengikuti segala peraturan dan ketentuan yang berlaku.

Demikian surat ini kami sampaikan. Atas kerjasama yang baik kami ucapkan terima kasih.

Direktur,
UPTD Khusus
RSJ Prof. Dr. M. Ildrem
Provinsi Sumatera Utara


drg. Ismail Lubis, MM
Pembina Utama Muda
NIP. 19710204 200003 1 002

Lampiran 7 Surat Izin Penelitian



Kementerian Kesehatan
Direktorat Sumber Daya Manusia Kesehatan
Poltekkes Medan
Jalan Jendral Gatot KSM 11,5
Medan, Sumatera Utara 20137
☎ 061 8398111
🌐 <https://poltekkes-medan.ac.id>

NOTA DINAS
NOMOR : KH.03.01/F.XXII.11/ ~~096~~ /2025

Yth. : Direktur RSJ Prof M. Ildrem Medan
Dari : Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan
Hal : Izin Penelitian
Tanggal : 26 Mei 2025

Dengan Hormat,

Sehubungan dengan Program pembelajaran Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes medan bahwa Mahasiswa Prodi Profesi Ners TA. 2024 – 2025 diwajibkan menyusun KIAN di bidang keperawatan, maka untuk keperluan hal tersebut kami mohon Izin Penelitian di instansi anda pimpin untuk Mahasiswa tersebut di bawah ini :

No.	Nama	NIM	Judul
1.	Ratmi Drona Barus	P07120624054	Asuhan Keperawatan Jiwa Melalui Penerapan Relaksasi Otot Progresif Pada Tn/Ny X Dengan Masalah Resiko Perilaku Kekerasan Di RSJ Prof. Dr. Muhammad Ildrem Medan

Demikian disampaikan pada bapak/ibu pimpinan, atas perhatian dan kerjasamanya yang baik kami ucapkan terima kasih



Ketua Jurusan Keperawatan

Dr. Amira Permata Sari Tarigan, S.Kep.Ns, M.Kes
NIP. 197703162002122001

Kementerian Kesehatan tidak menerima suap dan/atau gratifikasi dalam bentuk apapun. Jika terdapat potensi suap atau gratifikasi silakan laporkan melalui HALO KEMENKES 1500567 dan <https://halo.kemkes.go.id>. Untuk verifikasi keadilan tanda tangan elektronik, silakan unggah dokumen pada laman <https://pka.kemkes.go.id/verifikasi>.



Lampiran 8 Surat Balasan Izin Penelitian

 **PEMERINTAH PROVINSI SUMATERA UTARA**
UPTD. KHUSUS
RUMAH SAKIT JIWA PROF. DR. M. ILDREM
Jalan Tali Air Nomor 21 – Medan 20141
Website: rsj.sumutprof.go.id



Medan, 4 Juni 2025

Nomor : 423.4/195/RSJ/VI/2025
Lampiran : 1 (satu) lembar
Perihal : Izin Penelitian

Yth,
Ketua Jurusan Keperawatan
Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan
di
Tempat

Sehubungan dengan surat saudara Nomor : KH.03.01/F.XXII.11/895/2025 tanggal 26 Mei 2025 perihal Izin Penelitian bagi Mahasiswa Tkt. III TA. 2024 - 2025 Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan di UPTD Khusus RSJ Prof. Dr. Muhammad Ildrem Provinsi Sumatera Utara atas nama sebagai berikut :

No.	Nama	NIM	Judul
1.	Rasmi Drona Barus	P07520122054	Asuhan Keperawatan Jiwa Melalui Penerapan Relaksasi Otot Progresif Tn/Ny X Dengan Masalah Resiko Perilaku Kekerasan di RSJ Prof. Dr. M. Ildrem Medan

Maka dengan ini kami pihak Rumah Sakit Jiwa Prof. Dr. Muhammad Ildrem Sumatera Utara memberikan izin kepada Mahasiswa tersebut untuk melaksanakan Penelitian di UPTD Khusus RSJ Prof. Dr. Muhammad Ildrem Provinsi Sumatera Utara dengan mengikuti segala peraturan dan ketentuan yang berlaku.

Demikian surat ini kami sampaikan. Atas kerjasama yang baik kami ucapkan terima kasih.

A.n. Direktur, UPTD Khusus
RSJ Prof. Dr. M. Ildrem
Provinsi Sumatera Utara
Wadir Pengembangan Pendidikan
dan Promosi Bisnis

dr. Tengku Amri Fadli, M.Kes
Pembina Utama Madya
NIP. 19731110 200212 1 002

Terselasa
1. Dibaca;
2. Yang bersangkutan;
3. Penanggung

Lampiran 9 EC

 **Kemenkes**

Kementerian Kesehatan
Poltekkes Medan
Komisi Etik Penelitian Kesehatan
8. Jalan Jaren Giring KM. 13.5
Medan, Sumatera Utara 20137
☎ (061) 8368633
🌐 <https://poltekkes-medan.ac.id>

KETERANGAN LAYAK ETIK
DESCRIPTION OF ETHICAL EXEMPTION
"ETHICAL EXEMPTION"

No.01.26.1765/KEPK/POLTEKKES KEMENKES MEDAN 2025

Protokol penelitian versi 1 yang diusulkan oleh :
The research protocol proposed by

Peneliti utama : Raumi Drona Barus
Principal In Investigator

Nama Institusi : Kemenkes Poltekkes Medan
Name of the Institution

Dengan judul:
Title
"asuhan keperawatan jiwa melalui penerapan relaksasi otot progresif pada Tn. D dengan masalah resiko perilaku kekerasan di RSJ Prof. Dr. Muhammad Idris Medan"
"psychiatric nursing care through the application of progressive muscle relaxation in Mr. D with the problem of risk of violent behavior at the Prof. Dr. Muhammad Idris Mental Hospital, Medan"

Dinyatakan layak etik sesuai 7 (tujuh) Standar WHO 2011, yaitu 1) Nilai Sosial, 2) Nilai Ilmiah, 3) Pemerataan Manfaat dan Risiko, 4) Bujukan/Eksploitasi, 5) Kerahasiaan dan Privacy, dan 7) Persetujuan Setelah Penjelasan, yang menjadi pada Pedoman CIOMS 2016. Hal ini seperti yang ditunjukkan oleh terpenuhinya indikator setiap standar.

Declared to be ethically appropriate in accordance to 7 (seven) WHO 2011 Standards, 1) Social Values, 2) Scientific Values, 3) Equitable Assessment and Benefits, 4) Risks, 5) Persuasion/Exploitation, 6) Confidentiality and Privacy, and 7) Informed Consent, referring to the 2016 CIOMS Guidelines. This is as indicated by the fulfillment of the indicators of each standard.

Pernyataan Etik Etik ini berlaku selama kurun waktu tanggal 03 Agustus 2025 sampai dengan tanggal 03 Agustus 2026.

This declaration of ethics applies during the period August 03, 2025 until August 03, 2026.

August 03, 2025
Chairperson


Dr. Laila Rahmah, MKT



007/Pol-001-2025/03-08/03/25

Lampiran 10 Dokumentasi





Lampiran 11 Lembar Konsultasi

Lembar Konsultasi

Judul : Asuhan Keperawatan Jiwa Melalui Penerapan Relaksasi Otot Progresif Pada Tn. D Dengan Masalah Resiko Perilaku Kekerasan Di RSJ Prof. Dr. Muhammad Ildrem Medan
Nama : Rasmi Drona Barus
NIM : P07120624054
Pembimbing Utama : Dina Yusdiana Dalimunte, S.Kep.,Ns.,M.Kes
Pembimbing Pendamping : Dra. Indrawati, S.Kep.,Ns.,M.Psi

Hari Tanggal	Materi Bimbingan	Paraf		
		Mahasiswa	Pembimbing Utama	Pembimbing Pendamping
Selasa, 25 Maret 2025	Pengajuan judul karya ilmiah akhir ners dan ACC judul			
Senin 14 April, 2025	Bimbingan BAB I			
Kamis 24 April 2025	Bimbingan revisi BAB I			
Kamis, 15 Mei 2025	Bimbingan BAB II dan BAB III			
Kamis, 22 Mei 2025	Bimbingan Revisi BAB II dan BAB III			

Senin, 26 Mei 2025	ACC PROPOSAL KIAN			
Senin, 02 Juni 2025	Bimbingan BAB IV dan BAB V			
Selasa, 03 Juni 2025	Bimbingan Revisi BAB IV dan BAB V			
Rabu, 10 Juni 2025	ACC KIAN BAB I-V			
Senin, 16 Juni 2025	Bimbingan revisi setelah Sidang KIAN			
Kamis, 19 Juni 2025	ACC KIAN Setelah Sidang			

Medan, 19 Juni 2025

R. Ka. Prodi Profesi Ners



Lestari, S.Kep., Ners., M.Kep
NIP.19800892002122002

Riwayat Hidup Penulis



Data Pribadi

Nama : Rasmi Drona Barus
Tempat/Tanggal Lahir : Kabanjahe, 30 April 2002
Jenis Kelamin : Perempuan
Anak Ke : 1 dari 1 bersaudara
Agama : Kristen Protestan
Alamat : Nagori Bawang, Kec. Dolok Silau, Kab. Simalungun
Email : rasmidrona4@gmail.com

Nama Orang Tua

Ayah : Alm. Ramadi Barus
Ibu : Masni Ginting

Riwayat Pendidikan

Tahun 2014 : SD Negeri 094120 Nagori Bawang
Tahun 2017 : SMP Negeri 2 Kabanjahe
Tahun 2020 : SMA Negeri 1 Kabanjahe
Tahun 2024 : Kemenkes Politeknik Kesehatan Medan Prodi Sarjana Terapan Jurusan Keperawatan
Tahun 2025 : Kemenkes Politeknik Kesehatan Medan Prodi Profesi Ners Jurusan Keperawatan